******المملكة العربية السعودية**

اليوم:

التاريخ:

الفترة: الثانية

الفصل الدراسي:الثاني

**وزارة التعليم**

**الادارة العامة للتعليم بمنطقة............**

**مدرسة...........**

|  |
| --- |
| المجموع الكلي |
|  |
| 20 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **اسم الطالبة** |  | **شعبة** |  |

**اختبار مادة (المهارات الحياتية والاسرية) للصف (الرابع)**

**السؤال الأول:**

**اختاري الإجابة الصحيحة**

|  |
| --- |
| 1-يعرف الوقت بأنه |
| **هو الزمن الماضي فقط** | **هو الزمن الذي نعيشه ونستغرقه لإنجاز عمل ماء** | **الساعات التي لا عمل فيها** |
| 2-من أسباب التفوق الدراسي |
| **أخذ قسط كافي من النوم** | **الاهتمام بالصحة العامة** | **تنظيم الوقت بين الاستذكار واللعب وحل الواجبات يوميا** |
| 3-من مصادر الماء للجسم |
| **شرب العصيرات الغازية** | **شرب الماء** | **النوم** |
| 4-أحتاج من الماء يوميا  |
| **6 –8 اكواب** | **1-3 اكواب** | **15-17 كوب** |
| 5- اي الاطعمة التالية تحتوي على الماء |
| **البسكويت** | **الفواكه والخضروات** | **الحلويات** |
| 6- معنى الاجتهاد هو |
| **الترفيه والتسلية** | **الجلوس والراحة** | **العمل والمثابرة** |

|  |
| --- |
|  |
| **12** |

**السؤال الثاني :**

|  |
| --- |
|  |
| **2** |

**ما النتائج المترتبة على التصرفات الاتية:**

1. **الحرص على مذاكرة الدروس اول بأول**

.....................................................................................................................................................

 **ب –عدم الاكثار من شرب الماء في فصل الصيف**

.....................................................................................................................................................

**السؤال الثالث :**

|  |
| --- |
|  |
| **6** |

**أكملي العبارات الاتية:**

1. **من آداب شرب الماء**  أ- ................................................................

 ب-...............................................................

1. **من أسباب التفوق في الفصل أ -**.......................................................

 ب-.......................................................

1. **من طرق تنظيم الوقت أ-**................................................................

 ب-..............................................................